

心绞痛的护理及体会

蒋 珊

自贡市中医医院心脑血管科 643000

【中图分类号】R473

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2022) 12-102-02

心绞痛在我们的日常生活中是非常常见的一种疾病, 很多人都知道这个名字, 身边也有不少亲戚、朋友、同学、同事患有这个病, 可是到底什么是心绞痛, 它的症状表现有哪些, 该怎么进行治疗和护理, 大多数人都不能给出全面性的解释, 本文对此进行了深入性分析, 同时对心绞痛的护理及体会进行了深入性的探讨。

1 什么是心绞痛?

心绞痛的发生主要是因为冠状动脉供血处于严重不足的状态, 心肌缺氧缺血, 进而引起的以发作性胸痛或胸部不适为主要症状的一种林煌综合征。而心绞痛患者为什么会出现心肌供血不足, 这和冠心病有直接性的关系。除此之外, 其他类型的心脏病或者血压失控的情况下, 也是会导致心绞痛的。如果病人情绪非常激动, 体力劳动过重, 受到惊吓、寒冷或者饱餐都会诱发心绞痛这种情况。这种病在 40 岁以上的男性中十分常见, 发病的时候, 胸骨体上段或中段会出现突然性的窒息性或闷胀、压榨性的疼痛, 大部分的心前区都会受到波及和影响的, 甚至会向左肩、左上肢前内侧、小指、无名指放射。一般疼痛持续时间是 1-5min, 15min 以上的极少; 如果给予硝酸甘油含服或者进行充分的休息, 那么 1-2min, 最晚 5min 内疼痛症状也就消失了。还有的病人在心绞痛发生的时候, 左心前区、胸骨下段、上腹部都会出现疼痛, 还会向左肩胛部、右前胸、颈、下颌等部位放射, 但很快这种疼痛症状就会消失, 或者是仅仅会有左前胸不适、发闷的感觉存在, 多在老年人或糖尿病病人中发生。

如果是心绞痛急性发作期, 需要让病人保持卧床休息, 还要进行药物治疗; 缓解期尽可能的避免各种诱因出现, 予以抗心绞痛药物进行持久治疗; 如果是频繁发作的心绞痛情况, 可通过羟乙基淀粉注射液或低分子左旋糖酐进行治疗, 以便对微循环灌注进行有效改善。对于病情非常严重的患者, 需要采用手术方法进行治疗。

2 心绞痛应该怎样进行护理?

(1) 进行全面性的护理评估: 对心绞痛病人的危险因素要进行充分的评估, 这样可以知道是不是有高血压、糖尿病、高脂血症等基础性的疾病存在, 然后还可以知晓病人是不是属于肥胖症, 有没有吸烟史。入院之初就要明确心绞痛发作性质和之前有什么不同之初, 主要从心绞痛性质、部位、放射部位以及持续时间、伴随症状等方面进行。(2) 疼痛干预: 在心绞痛发作的时候, 需要马上将活动停止, 然后卧床休息, 协助病人进行舒适体位的选择, 将衣领解开, 对其不安、紧张等负性情绪进行安抚, 尽可能的减少心肌耗氧量, 正确进行吸氧。对疼痛性质、程度、部位以及持续时间等进行评估, 同时要对其心率、心律、血压等生命体征进行密切观察。与此同时, 还要对恶心呕吐、大汗、面色变化等加以观察, 同病人一起对心绞痛是什么诱因导致的进行讨论, 再对预防心绞痛发作的方法进行总结。(3) 用药指导: 心绞痛发作的时候, 需要马上给病人舌下含服消心痛或硝酸甘油, 如

果服药 3-5min 没有缓解的情况下, 需要再次给药。如果病人需要进行硝酸甘油静脉滴注的话, 需要对心率、血压的变化进行密切观察, 必须要合理性的调节滴注速度, 还要明确的告诉病人和家属禁止对滴数进行私自调节, 防止引起低血压。提前告诉患者, 使用硝酸酯类药物时会因为对血管产生的扩张作用导致心悸、头痛、面部潮红等不良反应, 如果有以上症状出现, 千万不要慌张。若是之前就患有青光眼, 必须提前和医生沟通, 避免应用这类药物为患者进行治疗。(4) 运动干预: 病情允许的情况下, 支持和鼓励病人适当进行体育锻炼和劳动, 因为适当进行活动可以建立侧支循环, 可以让病人的活动耐力得以提升, 但活动的时候要观察是否有胸痛、呼吸困难等症状出现, 以免导致心绞痛再次发作。若是有上述症状出现, 需要让病人原地休息, 并予以硝酸甘油舌下含服, 虽然不需要卧床休息, 但如果是意思心肌梗死的病人, 还是有必要进行一段时间的卧床的, 卧床期间也要进行密切的观察。以心绞痛发作规律为依据, 如果是非常必要性的体力活动, 需要先将硝酸甘油预先含在舌下, 以达到预防的目的。不可以进行重体力劳动、竞赛性运动, 同时不可以进行屏气用力动作; 排便的时候不要用力过猛, 生活中更不要进行推、拉、举、抬等动作, 保持劳逸结合, 防止再次诱发心绞痛。(5) 健康宣教指导: 叮嘱患者选择富含纤维素、低脂肪、低盐、低热量的饮食, 确保排便畅通无阻, 禁止吸烟酗酒, 对体重进行合理控制; 体力劳动等要适当参加一些, 还要加强身体锻炼。告诉患者尽量避免各种会诱发心绞痛的因素以及心绞痛发作的时候应该怎样进行处理。叮嘱患者必须按照医生指示、按时按剂量的用药, 对药物副作用要学会自我监测, 还要学会进行脉搏自我监测, 对脉率是不是太快或者太慢或者不齐等辨别。外出的时候必须要将常用药物、硝酸甘油等随时带在身边。居家的时候, 需要在随手可取的地方摆放硝酸甘油, 使用后需要马上放回到原来的位置, 作为家庭成员必须对药物摆放的位置充分了解, 方便用药的时候可以随时拿到。将保存硝酸甘油的注意要点告诉患者: 于棕色瓶中保存, 禁止见光分解, 最长间隔半年 1 次更换, 避免药物发生变质、受潮或者失效。洗澡的时候温度不要太高也不要太低, 不可以长时间的进行热水泡澡, 合理调整洗澡时间, 浴室门不可以锁上, 避免出现意外情况的时候, 家属可以第一时间发现。不可以饥饿或饱餐后洗澡, 并且家人必须知道患者的洗澡时间。在心绞痛发作的时候需要对疼痛性质、发作频率、时间改变以及持续时间有没有延长进行充分了解, 或者通过舌下含服硝酸甘油的方式进行缓解, 必要的情况下需要拨打 120 或前往医院就诊。

3 体会

通常情况下, 急性发作期的心绞痛需要住院接受治疗, 除了这个时间, 其他院外时间通过自行服药的方式进行治疗就可以, 在总体治疗工作中, 心绞痛的预防具有重要意义, 患

(下转第 103 页)

面瘫针灸效果好吗？

许铃丽

江安县中医医院针灸康复科 644200

【中图分类号】R246.6

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2022) 12-103-01

眼歪口斜、面部麻木、大流口水、不能控制面部表情……面瘫是一种比较常见的多发病，属于神经内科方面的疾病，各个年龄段都有可能发生，影响到患者的形象，给患者的生活带来比较严重的影响。得了面瘫要积极进行治疗，那么面瘫的治疗手段有哪些？必须要进行针灸治疗吗？针灸的效果到底好不好呢？

1 面瘫的症状

面瘫是因为患者面部的神经受到损伤，从而发生瘫痪。得了面瘫，患者的面部肌肉出现运动障碍，如瘫痪、麻木或者板滞等，主要表现为口歪眼斜、呲牙无力、鼻唇沟变浅、额纹消失、露睛流泪、眼裂变大等。还有的患者出现了周围性面瘫，不能呲牙、鼓腮、皱眉、闭眼，面部出现麻木感，有的对听觉过敏，有耳后疼痛，或者出现口干、眼干，眨眼减少等症状；还有的患者表现为中枢性面瘫，除了出现闭嘴、呲牙无力、口角下垂外，还可能造成感觉障碍和肢体瘫痪；病情严重的患者还可能造成听力下降，引发肺炎、抑郁症等症状。

2 使用针灸治疗有效果吗？

治疗面瘫有很多种方法，中医治疗是比较常用的一种方法。通过中医治疗特别是针灸治疗，在患者急性发作期可以改善症状，预后效果比较好。针灸通过刺激经络或者穴位，可以起到祛风散寒、活血化瘀的作用，对局部微循环有改善作用，还能消肿、消炎、修复神经肌功能。

治疗面瘫使用针灸手法效果不错，它的治疗是全方位的，有其他治疗手段不可比拟的优势，比如使用针灸可以刺痛患者的面部经络或者局部穴位，使患者的炎症和面神经水肿消退，有利于面部微循环，对面部肌功能和面部神经损伤恢复有积极的作用，同时它还可以修复因为瘫痪而出现的局部肌肉变形萎缩等情况，能很好地缓解症状，很多面瘫患者都是通过针灸治愈的，针灸特别是对由于脑梗而引发的面瘫有非常好的效果。

临床上经常会选择针灸主穴，比如合谷穴、地仓穴、阳白穴、四白穴等，如果患者有风寒症状，需加灸风池穴；如果患者是风热症，那么要加灸曲池穴。患者如果处于恢复期，可以选灸迎香穴、水沟穴、足三里穴来进行治疗。针灸治疗手段非常丰富，除了使用普通毫针治疗外，治疗面瘫还可以使用艾灸、电针、穴位注射等方式，也可以使用局部拔罐或者贴敷等，其中最基础的是电针和毫针。

3 使用针灸手法治疗面瘫的注意事项

3.1 局部进行保暖

面瘫患者在使用针灸进行治疗时，一定要注意不能让面部

受凉，做好面部的保暖工作。患者可以经常使用温水来洗脸或者敷脸，从而加速血液循环，对因为面瘫引发的症状有一定的修复作用；在平日患者也可以使用姜片来涂脸，在外出时一定要注意戴上帽子或者口罩，防止面部直接受风加重症状。

3.2 适当进行面部功能锻炼

面瘫患者要适当地进行面部功能锻炼，比如通过做面部表情或者对局部按摩来进行面部锻炼，加速面部的局部微循环，从而让面部功能慢慢得到恢复。

3.3 保持良好的心态

良好的心态是治疗疾病的一个关键因素，对面瘫患者来说也是如此。有的患者在得面瘫后心情起伏非常大，担心病情影响到自己的形象，对疾病过于忧虑，紧张、焦虑……这样的心态非常不利于病情恢复。患者要保持良好的心情，情绪要稳定，心情不能起伏过大，对战胜疾病要有信心，这样才能使治疗更加顺利。

4 面瘫治疗还有什么方法？

是否选择使用针灸进行治疗，要根据患者的病症而定，一般来说，如果是单纯性的面瘫并且属于初次发作，症状较轻，且没有其他疾病，使用针灸进行治疗可以让经络通畅、血液循环，可以完全治好病情。但是如果患者的病情比较严重，并且属于反复发作，那么使用针灸治疗常常只能起到改善局部症状的作用，完全治愈的困难较大。所以对于治疗面瘫来说，除了针灸外，还要根据患者的病情使用药物治疗或者手术治疗等手段。

其中药物治疗主要适合面瘫初期患者，常用的药物包括B族维生素、活血通脉药、抗病毒药、糖皮质激素药等等，一般通过静脉注射或者口服的方式，可以在比较短的时间内对面瘫症状有一定的改善作用，从而使患者恢复健康。但具体使用哪种药物，患者需要向医生咨询。

如果面瘫患者病情持续时间较长并反复发作，使用中医针灸治疗或者药物治疗效果不突出，那么可以通过手术治疗来进行改善。手术治疗主要是使用神经减压术，这也是治疗面瘫比较有效也比较快速的一种方式。但是由于人的面部神经比较复杂，手术治疗一旦失败可能给患者带来非常严重的影响，因此患者在进行手术治疗时一定要到正规的医院请专业的医生进行操作，以防止损伤面部神经或者造成听力下降。

面瘫关系到患者的“面子工程”，一般来说使用中医进行针灸治疗效果非常不错，但在进行针灸治疗时要注意加强保暖等。如果患者的病情比较复杂，针灸治疗效果不突出时那么可以使用其他的治疗手段，以让患者早日恢复健康。

(上接第 102 页)

者要对如何进行心绞痛的预防及如何进行心绞痛的治疗进行准确掌握。住院过程中，作为护理人员，做好患者的日常治疗和护理是一方面，另一方面还要强化宣教心绞痛的防治，方便患者可以在院外对心绞痛的发作进行较好的控制。对患

者的心理活动和精神需求要充分了解，根据其实际需要制定科学适宜且合理的护理方案。护理人员和患者之间要保持良好的配合，以保证护理效果，预防和减少并发症的发生，提升生活质量预后。